

이질균에 대한 자세한 정보를 원하거나 음식 섭취와 관련된 구토, 설사 또는 발열이 있는 사람을 신고하려면, 다음으로 연락하십시오:  
 이메일: [fhdepi@sdcounty.ca.gov](mailto:fhdepi@sdcounty.ca.gov)  
 전화: (858) 505-6814  
 웹사이트: [www.sdcdehq.org](http://www.sdcdehq.org)



## 이질균(Shigella) 감염 예방 및 통제

세균성 이질 (Shigellosis)은 일반적으로 대변-구강 오염에 의해 직접 또는 간접적으로 발생합니다. 대부분의 이질균 감염은 감염된 사람의 대변이나 오염된 손가락과의 직접 접촉을 통해 다른 사람에게 전파되거나 오염된 음식이나 물 섭취를 통해 전파됩니다.

바이러스, 박테리아 및/또는 기생충에 의한 질병을 예방하는 가장 중요한 단계는 정기적으로 손을 씻고 아래의 지침을 따르는 것입니다.

### 손 씻기

비누와 따뜻한 물로 손과 팔을 최소 10~15초 동안 철저히 씻으십시오. 흐르는 깨끗한 물로 손과 팔을 철저히 헹구고 제대로 말리십시오. 손톱 아래 부분과 손가락 사이를 특히 주의를 기울여 씻으십시오.

다음과 같은 경우에는 손을 씻어야 합니다:

- 얼굴, 또는 베인 상처 또는 통증 부위를 포함한 맨살의 다른 부위를 만진 후 그리고 머리카락을 만진 후.
- 화장실을 사용한 후.
- 화장실을 청소한 후.
- 동물을 만진 후.
- 기침, 재채기, 손수건 또는 일회용 티슈 사용 후.
- 흡연, 음식물 섭취 또는 음주 후.
- 더러워진 장비 또는 기구를 취급한 후.
- 사전 포장되지 않은 식품, 깨끗한 장비 및 기구, 포장되지 않은 일회용 식품 용기 및 기구로 작업하는 것을 포함하여 식품 준비 직전, 도중 및 직후 그리고 일회용 장갑을 착용하기 전.
- 쓰레기 수거 및 반출 후.
- 더러워진 의복, 더러워진 걸레 등을 만진 후.
- 손을 오염시키는 다른 활동을 한 후.

### 질병의 확산을 방지하기

- 손 씻기 및 개인 위생을 철저히 실천하십시오.
- 아플 때 다른 사람을 위해 음식을 준비하지 마십시오.
- 화장실과 같은 공공 장소를 청소하고 소독하십시오 (뒷면 참조).

### 표면을 소독하기

- 참고: 표면은 소독 단계 전에 세척하고 헹궈야 합니다.
- 다음 용액 중 하나를 사용하십시오:
  - 1) 최소 30초 동안 100 ppm 가용성 염소 용액이 표면에 닿도록 하십시오.
  - 2) 최소 1분 동안 25 ppm 가용성 요오드 용액이 표면에 닿도록 하십시오.
  - 3) 최소 1분 동안 200 ppm 4차 암모늄 용액이 표면에 닿도록 하십시오.
  - 4) 연방 규정집 제40편 섹션 180.940의 요건을 충족하는 제조업체의 사용 지침에 따라 사용하는 경우 화학 소독제가 표면에 닿도록 하십시오.

## 분뇨에 대한 특수 청소 방법

### 설사, 구토물 또는 대변의 유출물 청소:

1. 장갑, 마스크 및 가운과 같은 개인 보호 장비(PPE)를 사용하여 자신과 의복을 오염으로부터 보호하십시오.
2. 지역의 출입을 즉시 차단하십시오.
3. 일회용 흡수재 (종이 타월 또는 기타 일회용 천)를 사용하여 눈에 보이는 이물질을 청소하고 에어로졸을 최소화하십시오.
4. 더러워진 물건들은 부침투성 비닐 봉지에 넣어 조심스럽게 버리십시오.
5. 오염 지역과 물체 주변을 적절한 소독제로 철저히 청소하고 소독하십시오.
6. 장갑, 가운 및 마스크를 순서대로 벗고 오염된 청소 구역에서 나오기 전에 버리십시오.
7. 버리는 PPE를 불침투성 비닐 봉지에 넣으십시오.
8. 다시 장갑을 끼고 비닐 봉지를 안전한 쓰레기통으로 옮기십시오. 봉지가 옷에 닿지 않도록 하십시오.
9. 오염된 물질, 쓰레기 또는 폐기물을 취급한 후에는 항상 손을 씻으십시오.

## 일반 공중 보건 지침

### 이질균에 노출되었다고 생각되면 어떻게 해야 합니까?

- 세균성 이질의 증상이 있는 사람은 진단 및 치료를 위해 담당 의료 서비스 제공자에게 연락해야 합니다. 비누와 물로 세심하게 주의를 기울여 손을 씻는 것이 이질균의 확산을 줄이는 가장 중요한 단일 조치입니다.
- 징후와 증상, 전파 방식 및 세균에 노출된 후 아플 때까지 걸리는 시간을 포함하여 이질균에 대한 자세한 정보를 제공하는 CDC 이질균 [팩트 시트](#)를 검토해 보십시오.
- 아픈 식품 취급자를 신고하거나 식인성 질병에 관해 질문이 있는 경우, fhdepi@sdcounty.ca.gov 또는 (858) 505-6814로 역학 연락 담당자에게 문의하십시오.
- 세균성 이질 발병에 관한 일반적 질문이 있는 경우, 샌디에고 카운티 - 보건복지국 (HHSA)에 (619)-692-8499로 연락하십시오.